
نادر
أكاديمي
اكبر منصة تعليمة بالاسكندرية
Nader
ACADEMY
أكاديمي
wepsite
youtube
facebook
groups

المفهوم الفلسفى :

الانسان ارقى من الحيوان بالعقل-العقل يميز الانسان - ..

أ – نفس دنيا " دى المسئولة عن اشباع الحاجات الفسيولوجية " مأكل ومشرب " ..

ب – العقل " المسئول عن طريقة التفكر " الذكاء "

المفهوم البيولوجى :

التكيف مع الظروف والاجواء والاحداث – التأقلم والانسجام مع الطبيعة – جوانب العقل – اعضاء الجسم

المفهوم الاجتماعى :

التعامل مع الاخرين – القيادة – الحوار – الذكاء الاجتماعى

المفهوم النفسى :

تيرمان : التفكير فى الامور الغير ماديـة – امور مجردة – عدالة وظلم وحرية

سبيرمان : العلاقات بين الظواهر والاحداث – ربط اى سبب بنتيجة

وكسلر : التخطيط والتنظيم والهدف – تفكير منظم – تفكير منطقى

جاردنر

الذكاء ليس واحد بل متعدد – الذكاء هو قدرة حل المشكلات – كلنا اذكياء لكن بنسب – الذكاء ليس بنسب ودرجات – لا يوجد شخص غبى – رفض قياس الذكاء بنسب ودرجات .

نظرية التعلم الشرطى الكلاسيكى :

قصة التجربة : محاولة ربط مثير بمثير اخر ليكتسب فى النهاية نفس قوته .

الاستجابة الطبيعية : فطرية – غير متعلمة – غير مكتسبة – يقوم بها الكل

الاستجابة الشرطية : متعلمة – مكتسبة – غير فطرية

قوانين النظرية

التدعيم : ربط اى حاجتين ببعض

الانطفاء : نسيان وزوال الاستجابة وتضاؤل الاستجابة – تناقص – تدهور

الاسترجاع : استعادة الاستجابة مرة اخرى – عودة

التطبيقات التربوية :

هتلاقى محاولة تعديل سلوك غير مرغوب عن طريق ربط شيئين ببعض – تكوين اتجاهات موجبة للطلاب نحوالمدرسة – الاشراط المضاد مهم اوى .

نظرية التعلم بالمحاولة والخطا

الاساس : محاولات عشوائية الى ان نصل للحل – التجريب – السقوط والقيام – التعب والجهد – لا تيأس فكل فشل يقربك للنجاح – لا تتوقف عن السعى والتكرار – البدايات دايما عشوائية

قوانين النظرية

قانون التمرين : التدريب والممارسة والتكرار وعدد المرات

قانون الاثر : الشعور والارتياح وعدم الارتياح – ما بعد الاستجابة – نتيجة الاستجابة ايه ؟

قانون الاستعداد والتهيؤ : الحالة النفسية – استعدادك للاستجابة او عدمها – الاجبار والقهر -

نظرية التعلم بالفهم والاستبصار :

الادراك الكلى – النظرة الكلية – الفهم – الاسبصار – الاعتماد على عنصر الفهم – تحليل الموقف الكلى لعناصر – اعادة تنظيم العناصر – الادراك الفجائى ليس التدريجى بالمحاولات

خصائص التعلم

1- محولة تطبيق ما تم تعلمه فى موقف مشابه : انتقال اثر التعلم

الفهم عند كل الكائنات مش الانسان فقط - الفهم يزيد حسب نمو الكائن الحى

الشئ المفهوم اقل عرضة للنسيان –

الفهم يدوم لفترة طويلة ويظل فى الذاكرة طويلة المدى

نظرية تجهيز ومعالجة المعلومات :

التعلم يعتمد على المعلومات والبنية المعرفية – التعلم يبدا بالاستقبال ثم الترميز ثم التخزين ثم الاسترجاع- لا نعتمد لا تكرار ولا محاولات ولا مشاعر لكن على المعلومات .

قانون التعلم السببى :

الفعل اللى نتيجته حلوة نكررة – والفعل اللى نتيجتة سيئة نستبعده

العلاقة السببية :

كل فعل له سبب ولازم سبب واضح .

قانون التغذية الراجعة :

تعديل المسار الخاطئ – تحسين الاخطاء – معرفة الاخطاء – معرفة نقاط الضعف ومحاولة التحسين .

التطبيقات التربوية :

التعلم الموزع افضل من المركز – التركيز على نشاط المتعلم – يتفق الكمبيوتر والتكنولوجيا مع طريقة العقل البشرى – الاهتمام بالتكرار اللفظى فى المراحل الاولى – الاستفادة من المعلومات والخبرات وتطبيقها فى الواقع يعنى تطبيق النظرى فى الواقع

.

خد بالك من دى :

تطبيق المعلومات فى موقف مشابهه : انتقال اثر التعلم (نظرية الفهم والاستبصار)

تطبيق واسترجاع المعلومات : تجهيز ومعالجة المعلومات

درس : مبادى التعلم الجيد

الدافعية :

هدف – محرك – منشط للسلوك – دفع الطاقة – رغبة داخلية – ميل للتعلم داخلى – حاجة الى الشئ كالتفوق – دوافع التعلم عند الانسان ارقى من الحيوان .

التعزيز :

الاثابة – المكافاه – العقاب – الحرمان – رفع العقاب تعزيز بس سالب .

الممارسة :

موزعة : تعلم وراحة معا – تقسيم الوقت

المركزة : تعلم بدون راحة او راحه قليلة

الموزعة افضل من المركزة

الدور الايجابى للمتعلم :

التلخيص – النقاش – الاسئلة – تحضير الدرس مسبقا – متبقاش كسلان يعنى ايجابى – بذل مجهود .

الانتقال الموجب للتعلم :

تطبيق ما تم تعلمه قديما فى موقف مشابه جديد – تعميم الاستجابة المتعلمة – موضوع سابق يخدم موضع لاحق .

الانتباه :

مكان ووقت المذاكرة – التخلص من الضغوط – التدرب على الظروف المتغيرة – توفير مناخ هادئ – التخلص من المشكلات التى تعوقك .

المشاركة النشطة :

المراجعة وتدوين المذكرات – بذل الجهد – التلخيص – حل الاسئلة والامتحانات .

زيادة الرغبة فى الاستذكار :

مرتبط بالدافعية – ضع هدف – فكر فى الاهداف – وقت لنهاية المذاكرة – التنافس مع الذات .

طرق القراءة الجيدة :

القراءة ككل قبل التفاصيل – الايقاع الصحيح للعين على الكلمات – القراءة بفهم ليس حفظ – ربط المعلومة الجديدة بالقديمة



الباب التانى : علم نفس النمو

تعريف النمو

سلسلة تغيرات – سلسلة شاملة مستمرة تبدا من الحمل للوفاه – عملية تدرج – ارتقاء

النمو يسير من العام الى الخاص :

التعميم ثن التنوع – من العمومية الى النوعية والخصوصية – الاجزاء الكبرى تنمو وتتحرك قبل الاجزاء الصغرى – الطفل يرسم الدائرة قبل ادراك الخطوط – كل الرجال بابا وكل النساء ماما الى ان يخصص .

النمو تغير مستمر :

لا يتوقف- الاسنان مثلا تظل تنمو – النمو لا يجب ان يسبق الاوان الخاص به – لا يتعدى الحدود المرسومه له – عملية دائمة .

النمو يخضع للفروق الفردية :

فروق فى الجسم والعقل والشكل والصفات بين التوام حتى – ممكن فروق بين الانسان وذاته يعنى جسمه لا يسير مع عقله – الانسان مميز لا يشبهه احد _ النمو عملية كيفية نسبية ليست كمية .

تختلف سرعة النمو :

فى مراحل سريعة ومراحل بطيئة – لازم يشاور لك على سرعة او معدل النمو – يبطئ فى مراحل يسرع فى اخرى – الاسنان مثلا فى مراحل تنمو بسرعة ومراحل ابطئ .

تميل جوانب النمو للارتباط ببعضها :

ارتباط بين الجسم والعقل او العقل والكلام – الانسان وحدة متكاملة – الانسان كل متكامل – لا ننظر للانسان كجزء منفصل عن جزء .

طولى وعرضى :

من الرأس الى القدم – من المنتصص او المركز الى الاطراف .

الوراثة

جينات – كروموزومات – بويضات – جينات – زواج الاقارب – الخلية ومكوناتها – بعض الامراض وراثية .

الغدد :

النخامية : توثر على العظام – القزامة – العملقة – هرمون النمو

الدرقية : تحويل الطعام لطاقة – فرط النشاط – زيادة ضربات القلب – الثيروكسين

الاسرة :

اول مؤسسة او خلية – سلاح ذ حدين- تؤثر على الشخصية – التربية مسئوليتها – اقوى مؤثر على الطفل – شعور الامن والامان والقبول – المحطة الاولى .

الغذاء :

بناء الاجسام والخلايا والوقاية من الامراض – مدنا بالطاقة .

المدرسة :

اكتساب السلوكيات والعادات – تعليم الانضباط والطتعة والحقوق والواجبات – منظمة رسمية – تنمية المواهب والقدرات – حلقة وصل بين الاسرة والعالم .

جماعة الرفاق :

افراد متشابهين – لا توجد احساس بالسلطة والرقابة – مصدر للصحبة والتوافق النفسى والاجتماعى – سلاح ذو حدين

وسائل الاعلام :

مكمل لدور الاسرة فى نقل القيم والمبادى – تعتمد على المؤثرات البصرية والسمعية – نقل الرأى العام – تعزيز السلوكيات بالقصص والمسلسلات .

الانترنت :

يؤثر سلبا على النمو الاجتماعى والنفسى – اتهلاك الوقت – القرصنة على البانات والمعلومات

مرحلة ما قبل الميلاد

تعرض الام للاشعة :

كميات قليلة لا تؤثر – كميات كبيرة تؤدى للاجهاض

الحالة الانفعالية للام :

المشاعر ةالانفعلات لا توثر بشكل مباشر – غير مباشر عبر الهرمونات

تدخين الام :

حرمان من الدم النقى – وزن الجنين – نزيف – وفاه اثناء الولادة او بعدها مباشرة

سوء استعمال الادوية :

يصل للمشيمة لذا لابد من الاشراف الطبى – عيوب خلقية وتشوهات

درس الرضاعة والطفولتين

النمو الجسمى للرضاعة :

سريع – يحرك رقبته – الاسنان تبدأ فى الشهر السادس – يهز جسمه – يبستم

النمو العقلى :

حسى – ملموس – حركى – لا يعتمد على اللغة – الاعتماد على الحواس والعمليات الحسية كالعين والسمع والفرك واللمس

النمو الانفعالى والاجتماعى :

علاقة مع الوالدين شرط الحب والرعاية واللعب والرضاعة

النمو اللغوى :

كلمات غير مغهومه – نمو بدائى – همهمة – كلام بسيط جدا .

الصفات الايجابية :

الثقة – الاستقلالية

النمو فى الطفولة المبكرة :

النمو الجسمى :

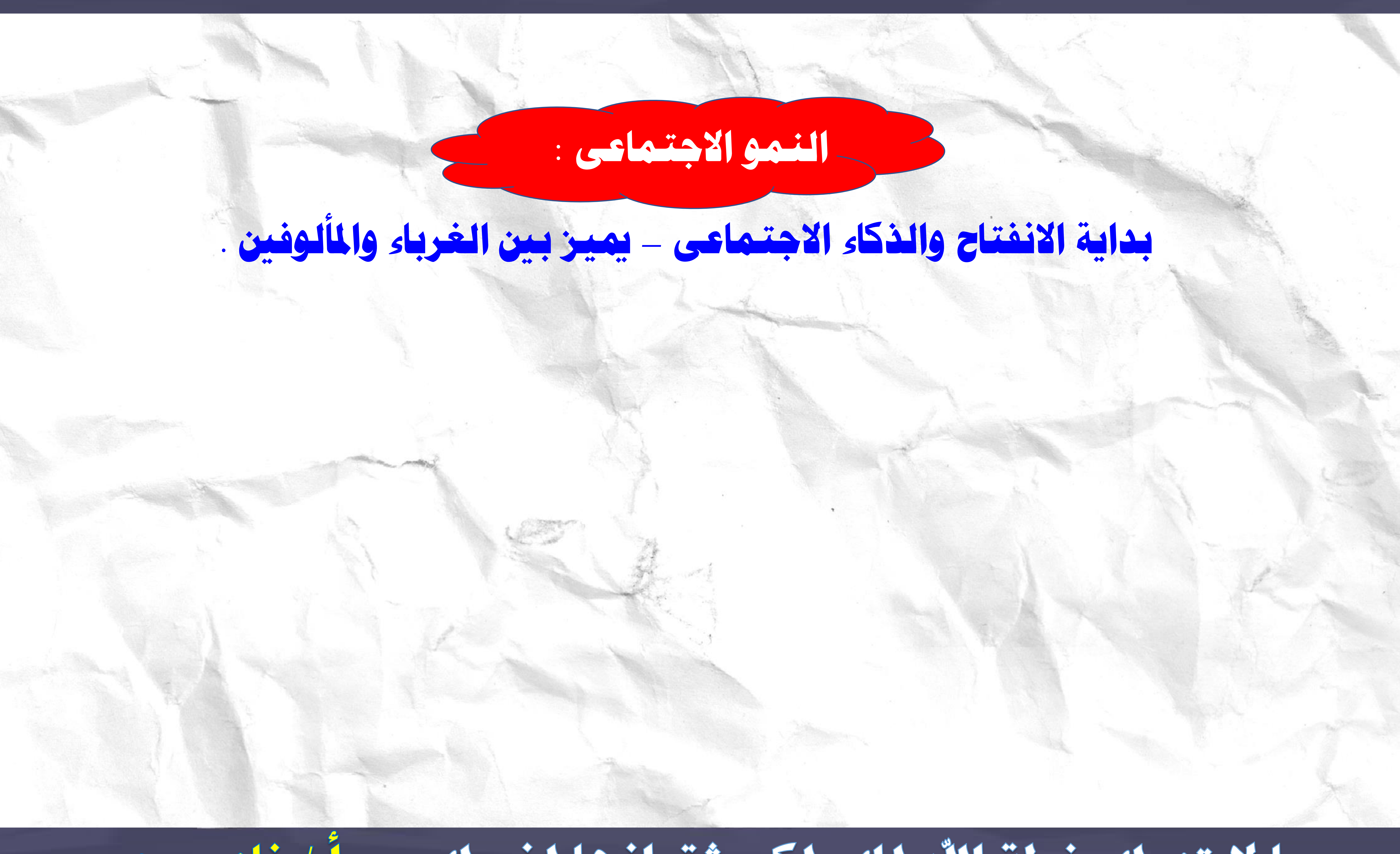
سريع – تظهر الاسنان اللبنية ثم الدائمة – الهيكل يظل غير مكتمل – تنمو العضلات الكبيرة

النمو العقلى :

حسى لا يستطيع التركيز على امرين – متمحور حول ذاته – بعض الانانئية العقلية – لا يدرك الا وجهة نظره هو -

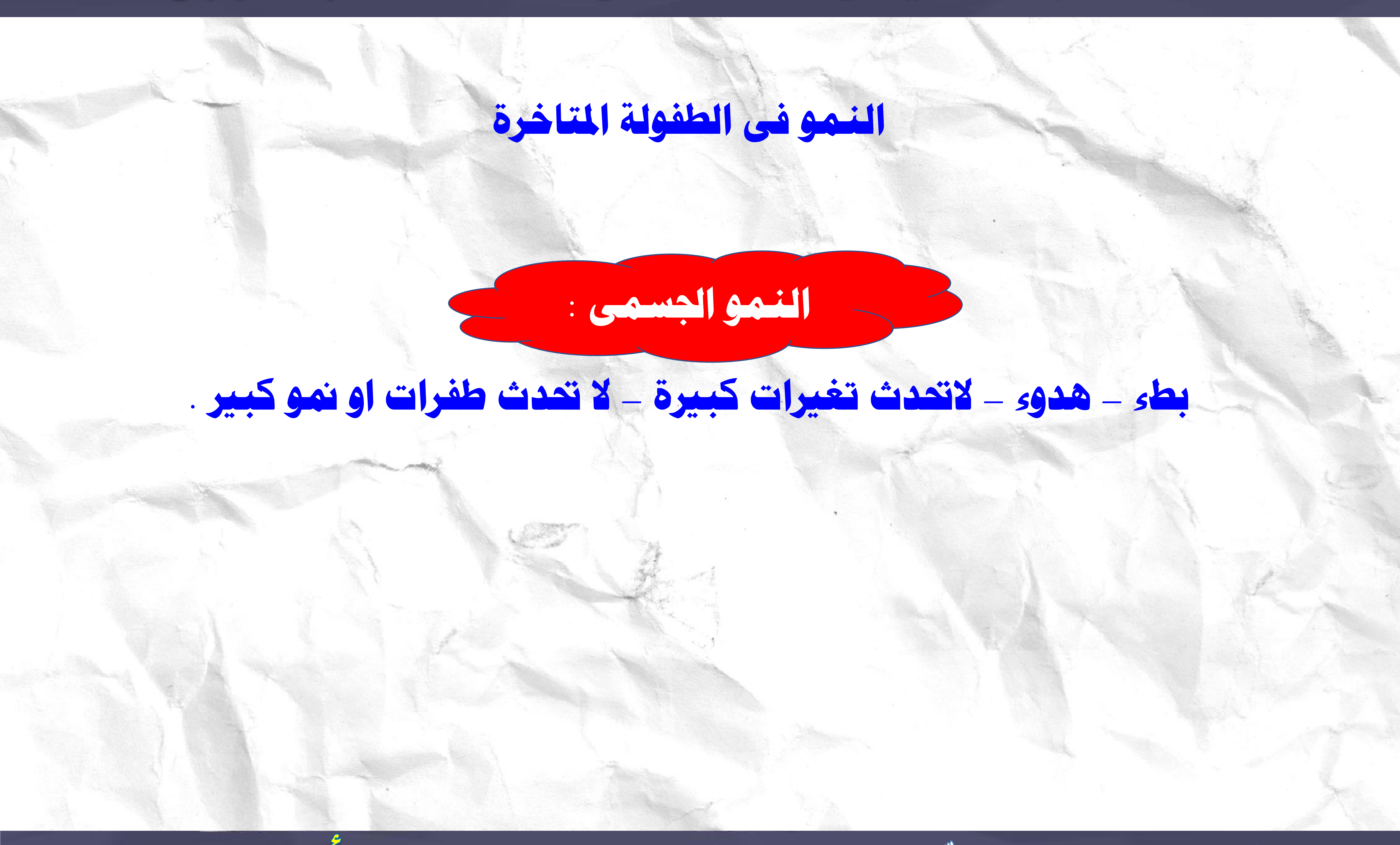
النمو الانفعالى :

خوف – غضب على شكل نوبة غضب – غيرة عند ولادة طفل اخر – تعدد مظاهر النمو الانفعالى .



النمو الاجتماعى :

بداية الانفتاح والذكاء الاجتماعى – يميز بين الغرباء والمألوفين .



النمو فى الطفولة المتاخرة

النمو الجسمى :

بطء – هدوء – لاتحدث تغيرات كبيرة – لا تحدث طفرات او نمو كبير .

النمو العقلى :

اكتشاف المجهول – حب المعرفة والاستطلاع – تفكير منطقى فى امور حسية – خيال له بعض المنطق ليس بطولى ايهامى .

النمو الانفعالى :

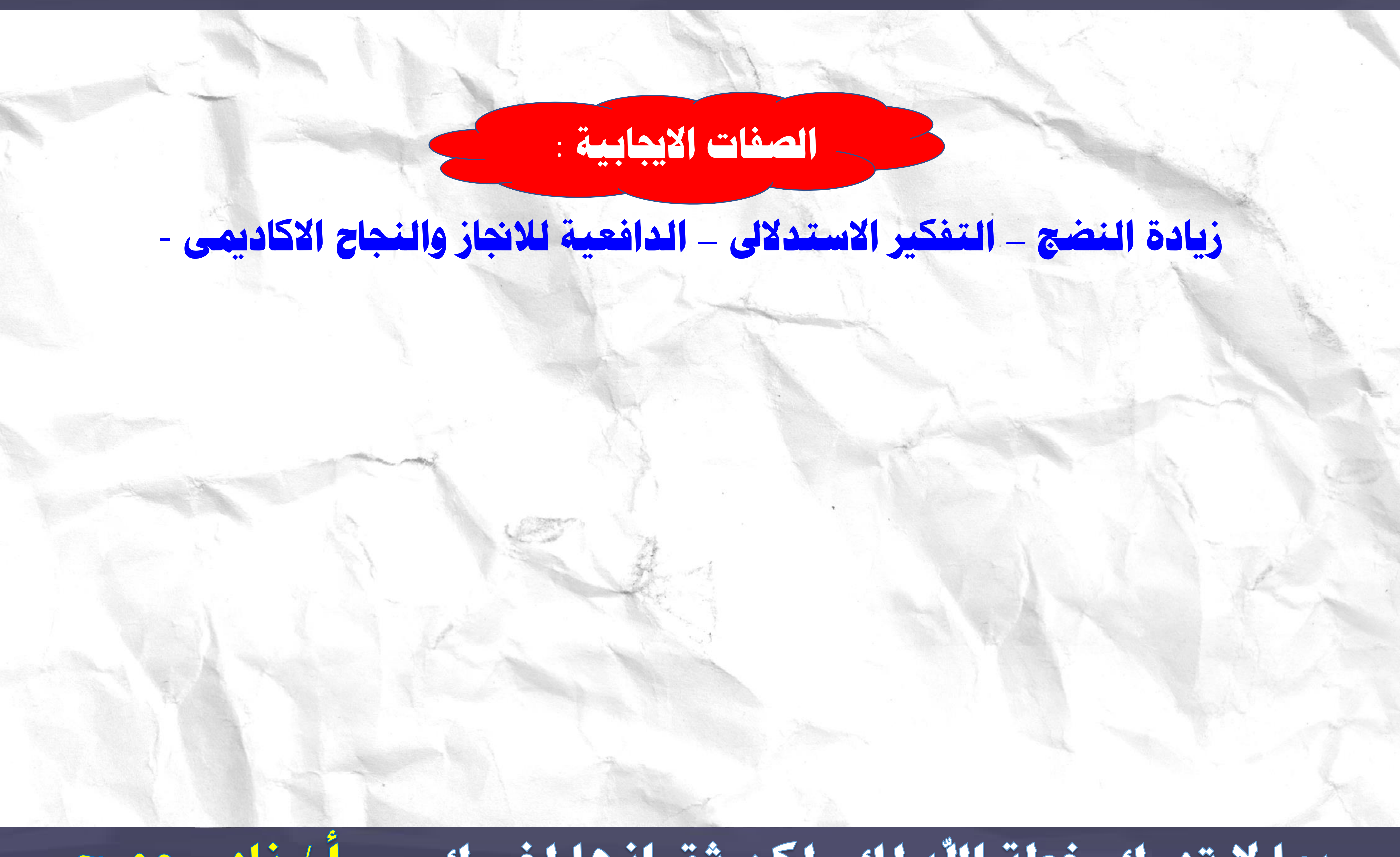
هدوء وثبات – تقبل الضوابط والطاعة – تقبل النظام – مرحلة استراحة وهدوء انفعالى .

النمو الاجتماعى :

اتساع العالم الاجتماعى – تكوين صداقات – الاقران والمعلمين – يبدأ يكون سلوكا متسق مع المجتمع .

النمو الحركى :

مهارات حركية – سرعة ورشاقة ومرونة جسمية – البنات يميلون لمهارات حركية خفيفة عكس البنين عنيفة .



الصفات الايجابية :

- زيادة النضج – التفكير الاستدلالى – الدافعية للانجاز والنجاح الاكاديمى -

النمو فى مرحلة المراهقة

تحقيق علاقة ناضجة مع الرفاق :

صداقات الجنس الاخر – الحب – نظرات الاخرين مهمة – اتساع النشاط الجنسى الغيرى .

تحقيق الهوية الجنسية :

معرفة الجنس – ممارسة دور مناسب لجنسى – مهم الالتصاق بالوالد من نفس الجنس .

اتخاذ قرارات متعلقة بالمستقبل المهنى :

العمل والقلق بسببه – التدريب والاستعداد للعمل – التشبه بالمشاهير – التفكير فى المستقبل المهنى -

تنمية المعايير والقيم :

اكتر مرحلة فيها اهتمام بالاخلاق والدين – زيادة الوعى الخلقى الدينى .

النمو الجسمى :

طفرة – انفجار – نمو رهيب – تختلف نسب اعضاء الجسم – زيادة العضلات تمثل 45٪ - نمو جنسى -

النمو العقلى المعرفى :

تفكير منطقى – استدلال – تذكر بفهم ليس الى – تركيز وانتباه قوى -احلام اليقظة – خيال معنوى منطقى مجرد – فهم الامور النظرية المجردة الصورية التمثيلية

النمو الانفعالى :

ثورة – عدم ثبات – عواصف انفعالية – مرحلة صراعات نفسية – صراع فى معاملة الابوين – صراع جنسى وموانع داخلية وخارجية – صراع لاثبات الذات والفشل – صراع الاستقلال – صراع سببه عدم تزازن جوانب النمو (الجسم كبير والافعال والتصرفات والتفكير لسه صغير) .

النمو الاجتماعى :

خبرات اجتماعية – تاثير الاصدقاء يكون كبير جدااااا – الانتماء لجماعات خارج الاسرة – خروجات ومصيف برة الاسره – انفتاح اجتماعى – مهارات اجتماعية على الحوار .

النمو الخلقى والاهتمامات الدينية :

البحث عن الكمال – تاني الضمير والشعور الدائم بالذنب – يسير حسب القواعد العامة لا الخاصة – الضبط هنا داخلى ليس خارجى -



الباب التالت : الشخصية

الشخصية كمثير :

المظهر الخارجى – الافعال – التاثير فى الاخرين – القيادة – الكاريزما – الشكل – النقد :

ركز على الخارج وخلى الشخصية حكمها حسب السمعة واراء الناس وده مش دايما صح .

الشخصية كاستجابة :

التاثر – رد فعلك – طرية انساجمك مع المواقف – النقد : احنا كبشر استجابتنا مش واحدة حتى لما نقابل نفس الموقف يعنى مش هعرف احكم على شخصيتك .

الشخصية كتنظيم عند البورت :

تنظيم متحرك متغير ديناامى – فريدة ومميزة – كل صفاتنا وجسمنا جزء من الشخصية – الشخصية مش جامدة لكن دينامية – وسيط بين المثير والاستجابة .

نظرية الانماط :

اهتم بالوراثة – اللون – الغى الفروق الفردية والاختلافات بين الناس – لا تعتبر قوة علمية .

نظرية التحيل النفسى :

فرويد : اهتم بالماضى والخبرات الطفولية والمشاعر والغرائز البدائية والاحلام وزلات اللسان – اللاشعور واللاوعى اساس الشخصية – امور دفينة داخلية ربما منسية

التوجهات الحديثه : ركزوا على دور المتغيرات الاجتماعية فى الشخصية

النظرية السلوكية :

واطسون : اهتم بالسلوك الخارج – الشخصية متعلمة ومكتسبة ليست فطرية – المثير والاستجابة – لا نولد بالشخصية لكن نتعلمها .

سكنر ودولادر وميلر : ركزوا على الوراثة كمؤثر فى الشخصية .

النظرية الانسانية :

ماسلو : الاهداف والاحلام والابداع والطبيعة الخيرة والوجود وتحقيق الذات والسعادة والرقى والصدق والجمال وضوح الغاية والهدف – الشر دخيل على الانسان .

درس الاتجاهات والقيم :

تعريف :

تكوين وخبرة عقلية نفسية – توجهنا قربا او بعدا لشئ معين – استعداد او ميل لشئ .

المكون المعرفى :

المعلومات – المعارف – النظريات – التصورات – المعتقدات – القناعات – القراءات –

الاعتقادات – الاراء – النظريات وفهمها .

المكون الانفعالى :

المشاعر – الحب والكراهية – الانفعالات – اكتر المكونات ثباتا واستقرار وصعب تغييرها

المكون السلوكى :

النزوعى – فعل او عدم فعل سلوك معين – الحركى- التأييد – الرفض – المشاركة فى مظاهرة او مسيرة – دعم باى شكل .

خصائص الاتجاهات :

مكتسبة ليست فطرية – ديناميكية – لا تنشا من فراغ – متعددة من فرد لاخر ومن مجتمع لاخر -

وظائف الاتجاهات :

اشباع الحاجات الاولية – تحدد الافعال والاقوال – تنعكس فى السلوك – تساعدنا على التصرف – ترتب العمليات الدافعية – تعبر عن مسارتنا لقيم المجتمع واتجاهاته .

تغيير الاتجاهات :

تعتمد على الجانب الانفعالى والمعرفى – لابد من استراتيجية تدريجية مش مرة واحدة .

عوامل تساعد : ضعف الاتجاه – عدم الرسوخ – اتجاهات متساوية القوة او متوازية – جو تسامحى تدريجى – موقف او خبرات مباشرة .

عوامل تمنع : السلطة والقهر والغصب يصعب تغيير الاتجاه – قوة الاتجاه ورسوخه – صلابة الرأى – التعصب الاعمى .

القيم :

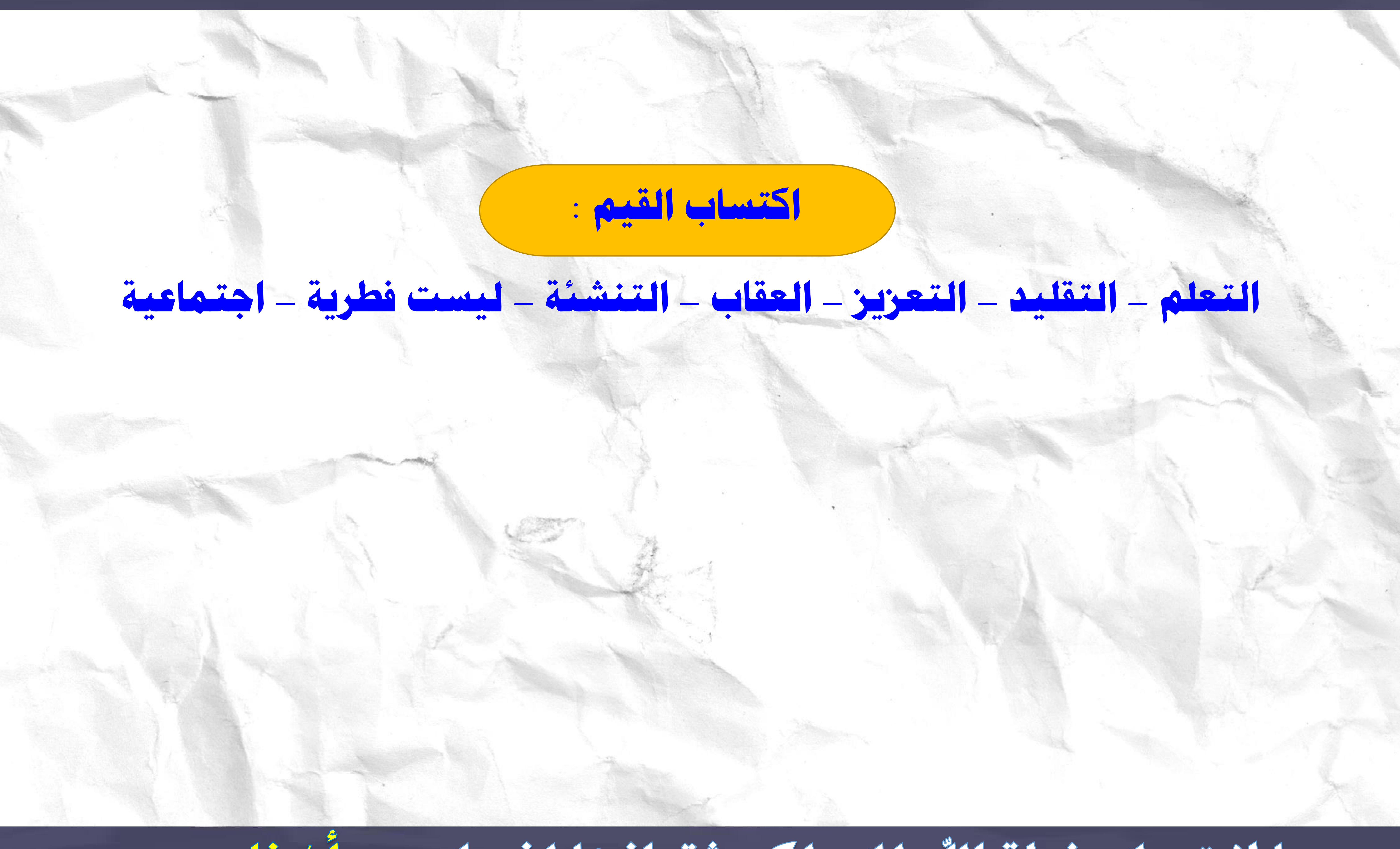
اى شئ له اهمية عند الانسان – اى شئ له تقدير وثمن – قيم اى قدر وثمن .

الاطار الاول الاجتماعى العام :

ترتيب القيم حسب المجتمع واراء المجتمع والرأى العام

الاطار التانى الفردى الشخصى :

ترتيب القيم حسب الشخص واراءه وتفضيلاته هو .



اكتساب القيم :

التعلم – التقليد – التعزيز – العقاب – التنشئة – ليست فطرية – اجتماعية

درس التوافق

تعريف التوافق :

الاول : اعدل من نفسى علشان امشى مع البيئة – يعنى ابقى مرن -

التانى : اعدل من البيئة لتتوفق مع اهدافى – اعدل الظروف او الجو او المكان او الدوشة .

انواع التوافق :

الشخصى :

قبول ورضا عن الذات والشكل والامكانيات – توافق مع ذاتى – مفيش صراعات داخلية .

الاجتماعى :

قبول الاخرين – تحقيق التوافق مع الغير – تحقيق الاهداف العامة الجماعية – مع الاصدقاء والعمل والاسرة .

الاحباط :

فشل فى تحقيق الهدف – عجز – سقوط .

عوامل خاصة بالفرد :

مرض – اعاقة – نقص امكانيات – طول الشخص – وزنه – خجل – نقص القدرة على التحكم فى النفس -

عوامل خاصة بالبيئة :

الضوضاء- تعطيل اتوبيس رحلة – اى حاجة خارجة عن اراردتى – تاتى الرياح بما لا تشتشهى السفن – فقدان شخص عزيز او احد الابوين – القيود الاجتماعية فى الزواج مثلا

.

الصراع :

تردد وحيرة بين امرين – عد القدرة على اتخاذ قرار – تساوى قوة البدائل

الاقدام الاقدام :

امرين حلوين – سهل حسمه – ينتهى بسرعه الا لو فى خبرة سلبية .

الاحجام الاحجام :

امرين سلبيين – صعب حسمه – فيه تردد بين البدائل .

الاقدام الاحجام :

امر واحد له جانب موجب واخر سالب

نوع العائق :

احباط جاى من الغش مختلف عن احباط جاى من بحثك عن عمل اضافى – حزنى عند خسارة فريقى يختلف عن عن حزنى عند فقدان وظيفة .

الخبرة السابقة :

خبرات النجاح القديمة تقلل الاحباط بعكس خبرات الفشل القديمة تزيده – خبرات الماضى – احداث سابقة سواء نجاح او فشل –

تفسير الموقف :

لو انت شايف ان الفشل مؤقت ، الاحباط هيقل ، لكن لو شايفه دايم ، الاحباط هيزيد – وجه نظرك تحدد نوع الاحباط اللى هتمر به -

طبيعة الدافع :

اولى اساسى زى فقدان صديق ، الاحباط يزيد ، لكن ثانوى هامشى ، الاحباط هيقل زى فقدان خمسة جنية .

امكانية الاشباع :

لو فرص الاشبا كتير ، الاحباط يقل والعكس .

القلق :

توقع حدوث شر – تشاؤم – حالة من التوتر الشامل

مظاهر القلق :

الجسمية الفسيولوجية : اى مظهر له علاقة بالجسم – عرق – مغص – ضربات القلب – عثيان .

الانفعالية : اى حاجة لها علاقة بالنفسية والتركيز والارق

المعرفية : توقع حدوث الشر

مستويات القلق :

معتدل : ايجابى – مسهل – يدفعك للعمل والتعب -

منخفض : سلبى – معطل – كسل – لامبالاة – عدم رغبة فى العمل والانجاز .

مرتفع : سلبى – معطل – مؤذى – عدم القدرة على اتخاذ قرارا – عصبية زيادة – شعور بالعجز



درس اساليب حل الصراع والاحباط

بذل الجهد :

مضاعفة التعب والمجهود - المذاكرة اكتر - التمرين اكتر - الشقاء والتعب

البحث عن طرق اخرى :

تغير الطريقة - تغير مكان المذاكرة وطريقة المذاكرة - المهم افضل فى نفس الهدف او نفس المادة او نفس الشركة يعنى مرحش لهدف تانى .

اسبدال الهدف بغيره :

ابدل فعل بفعل – استبدال كلية بكلية او شركة بشركة او عمل بعمل او مذاكرة برياضة .

اسلوب حل المشكلة :

لازم يقولى جمع بياتات ومعلومات – تحليل – تجريب الحلول – اعمال العقل – الاستقراء والاستنباط والاستدلال .

الاساليب الغير مباشرة :

الكبت :

نسيان للذكريات المؤلمة – هفوات اللسان – نسيان ميعاد غير محبوب – دفن المشاعر ال

الاعلاء والتسامى :

تحويل الطاقة الغير مقبولة الى سلوك مقبول – ممارسة الكاراتية او المصارعة بدلا من العنف مثلا – ممارسة الشعر والرسم والنحت بدلا من الممارسات الجنسية العافية الغير مقبولة مجتمعيا .

التعويض :

نجاح فى مجال بدل الفشل فى مجال اخر – تغير اهداف بطريقه لا شعورية – تبنى المرأة العاقر لاطفال او لحيوانات – طفل ضعيف يقسو على الحيوانات .

الازاحة والنقل والاحلال :

نقل الغضب من معنه الاصلى الى معنى اخر -

الاسقاط :

القاء اسباب الفشل على شخص اخر – ارى عيوب غيرى مش عيوبى – اتهام الاخرين – الصاق الهزيمة والفشل بالاخرين (هما السبب)

التقمص :

التقليد – التوحد – عكس الاسقاط – التشبه بشخص – عايش بشخصية حد تانى

النكوص :

الرجوع لاساليب قديمة ويكون الشخص كبر عليها – الارتداد لمراحل سابقة – تبول الطفل الكبير على ذاته – عجوز يعمل زى الاطفال

الانكار :

رفض الاعتراف بوجود المشكلة – انا تمام مش فارق معايا – رفض الاعتراف بموت الابن مثلا

.